

INVENTARIS VAN EDUCATIEVE, PREVENTIEVE EN CURATIEVE MATERIALEN OVER PSYCHOACTIEVE MEDICATIE

Vlaams expertisecentrum voor Alcohol en andere Drugs vzw
Vanderlindenstraat 15|1030 Brussel|vad@vad.be|02 423 03 33|www.vad.be

Colofon

Redactie

Aaron Seys, stafmedewerker VAD

Verantwoordelijke uitgever

P. Van Deun, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel

VAD, Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs

Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel

T 02 423 03 33 | F 02 423 03 34 | vad@vad.be | www.vad.be

INLEIDING

Dit is de inventaris van **'educatieve, preventieve en curatieve materialen over psychoactieve medicatie*'**. Wie op zoek is naar concreet materiaal over het thema van psychoactieve medicatie, ziet vaak door het bos de bomen niet meer. Er lijkt zoveel te bestaan en tegelijk vindt men toch niet wat men zoekt. Het is vaak ook moeilijk om in te schatten welk materiaal bruikbaar is. Om zicht te krijgen op het huidige aanbod van materialen over psychoactieve medicatie, heeft het Vlaams expertisecentrum voor Alcohol en andere Drugs (VAD vzw) deze inventaris samengesteld die je kan helpen het juiste materiaal op te sporen.

Deze inventaris is bedoeld voor **intermediairen, preventiewerkers**, **hulpverleners** en **andere professionelen** (zoals artsen en apothekers) die op zoek zijn naar informatief materiaal, hetzij om te gebruiken in de begeleiding van patiënten/cliënten, hetzij in het opzetten van preventie-activiteiten.

In deel I van deze inventaris worden alle informatieve materialen opgelijst. Deze lijst bevat folders en brochures, maar ook informatieve websites, factsheets en dossiers die op z'n minst een duidelijk raakvlak hebben met het thema psychoactieve medicatie. Deze lijst werd ook nog eens onderverdeeld per specifiek thema.

Deel II geeft een oplijsting van methodieken om mee aan de slag te gaan. Het gaat hierbij om materialen die meer dan louter informatief zijn, maar gebruikt kunnen worden door de professioneel in zijn begeleiding, of door de patiënt/cliënt zelf.

Alle materialen worden beknopt beschreven op een **materiaalfiche**. Op deze fiche kun je de volgende zaken terugvinden:

- Titel;
- Soort materiaal en jaar van uitgave;
- Organisatie;
- Inhoud;
- Doelgroep;
- Contactpersoon voor het materiaal;
- Waar het materiaal raadpleegbaar of verkrijgbaar is.

Het spreekt voor zich dat deze lijst niet exhaustief is. Daardoor is het best mogelijk dat je in je zoektocht op materiaal stoot dat niet in deze inventaris is opgenomen. Je mag ons dat steeds laten weten.

*Onder psychoactieve medicatie verstaan we analgetica (niet-narcotische en narcotische pijnstillers en anti-migraine middelen), psycholeptica (neuroleptica en slaap- en kalmeermiddelen) en psychoanaleptica (antidepressiva en psychostimulantia).

Deel I: Informatief materiaal

Deel II: Aan de slag

Deel I

Informatief materiaal

1. Algemene info over psychoactieve medicatie

TITEL	Dossier Slaap- en kalmeringsmiddelen		
VORM	Dossier	JAAR VAN UITGAVE	2017
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD)	
Inhoud		Een overzicht van de wetenschappelijke literatuur over slaap- en kalmeermiddelen anno 2017.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairen	
Verantwoordelijke materiaal		Geert Verstuyf, VAD Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: geert.verstuyf@vad.be T: 02 422 03 74	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.vad.be/materialen/detail/dossier-slaap--en-kalmeringsmiddelen	

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">Benzodiazepines – Slaap- en kalmeermiddelen</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Folder</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>2006</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">Algemeen Pharmaceutische Bond</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Algemene informatie over slaap- en kalmeermiddelen, werking, indicatie voor gebruik, gevaren bij chronisch gebruik.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Algemene bevolking</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Isabelle De Wulf – APB
Stevinstraat 137
1000 Brussel
M: isabelle.dewulf@apb.be
T: 02 285 42 81</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/
Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).</td></tr>
</table>

TITEL	Slaap- en kalmeringsmiddelen: de antwoorden		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2000
Organisatie		Trimbos Instituut	
Inhoud		Deze folder tracht een antwoord te bieden op alle vragen omtrent slaap- en kalmeringsmiddelen. Vragen zoals 'wat zegt de wet' en 'waarom worden slaap- en kalmeringsmiddelen gebruikt', worden op eenvoudige wijze beantwoord. Ook de risico's van deze middelen en het omgaan met problematisch gebruik komen aan bod	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Trimbos-instituut Postbus 725 3500 AS Utrecht, Nederland M: info@trimbos.nl T: +31 30 29 71 100	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Gratis te downloaden of te koop op papier: https://www.trimbos.nl/producten-en-diensten/webwinkel/product/?prod=pfg79008	

TITEL	Factsheet psychoactieve medicatie		
VORM	Factsheet	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD)	
Inhoud		Deze factsheet presenteert de belangrijkste cijfergegevens van het voorbije decennium over de omvang van het gebruik van psychoactieve medicatie in Vlaanderen en België. We bespreken achtereenvolgens: - het gebruik bij verschillende groepen; - combidruggebruik; - ziekte- en sterftecijfers; - de hulpvraag bij gebruikers van psychoactieve medicatie; - gegevens over verkeer; - gegevens over de medicatiemarkt.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairen	
Verantwoordelijke materiaal		Else De Donder, VAD Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: elke.dedonder@vad.be T: 02 423 03 38	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.vad.be/materialen/detail/factsheet-psychoactieve-medicatie	

TITEL	Slaap- en kalmeermiddelen: Meest gestelde vragen		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2017
Organisatie	Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD), De Druglijn		
Inhoud	Deze folder geeft op een gestructureerde en toegankelijke manier antwoord op de vragen die het meest gesteld worden aan de Druglijn rond slaap- en kalmeermiddelen.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Tom Evenepoel, VAD & De Druglijn Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.evenepoel@vad.be T: 02 423		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	http://www.vad.be/materialen/detail/slaap--en-kalmeringsmiddelen-de-meest-gestelde-vragen		

TITEL	Slaap- en kalmeermiddelen slik je niet zomaar. Praat erover met je huisarts of je apotheker		
VORM	Folder, affiche, Website, tv-spot	JAAR VAN UITGAVE	2009
Organisatie		Federale Overheidsdienst van Volksgezondheid, Veiligheid van Voedselketen en Leefmilieu	
Inhoud		Deze campagne maakt het ruime publiek bewust over de gevaren van een niet-adequaat gebruik van slaap- en kalmeermiddelen, over hoe je medicatie kan afbouwen, welke de alternatieven zijn, en enkele praktische tips om angst, spanning en slaapproblemen aan te pakken.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Christiaan Decoster Victor Hortaplein 40 bus 10 1060 Brussel M: benzo@health.belgium.be	
Verkrijgbaar/raadpleegbaar		http://www.slaapenkalmeringsmiddelen.be/nl.html Papieren uitvoering: mail naar benzo@health.belgium.be	

TITEL	**Slaap- en kalmeringsmiddelen: weet wat u slikt!**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2008
Organisatie	Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik		
Inhoud	Informatie over slaap- en kalmeringsmiddelen bij slaapproblemen en bij angst of onrust. Met aandacht voor de vergoeding, de nadelen en tips bij slaapproblemen en bij onrust, spanning of angst.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	www.medicijngebruik.nl		

TITEL	Studeren en medicatie gaan niet hand in hand		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD) & De Druglijn	
Inhoud		In deze folder lezen studenten meer over de effecten en risico's van medicatie, maar ook tips om de examenperiode zonder pillen door te komen. Dit materiaal draagt het Trusty-label voor kwaliteitsvolle jeugdinformatie.	
Doelgroep		Algemene bevolking, studenten	
Verantwoordelijke materiaal		Tom Evenepoel, VAD & De Druglijn Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.evenepoel@vad.be T: 02 423 03 44	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online: http://www.vad.be/materialen/detail/studeren-en-medicatie-gaan-niet-hand-in-hand Papieren uitvoering: http://www.vad.be/materialen/detail/studeren-en-medicatie-gaan-niet-hand-in-hand	

TITEL	Tabak, alcohol en andere drugs in België		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie	Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD) & De Druglijn		
Inhoud	Deze productinformatie brochure gaat dieper in op de effecten, risico's en wetgeving van tabak, alcohol, medicatie, cannabis, speed & cocaïne, energydranken en gokken. De brochure is beschikbaar in het Nederlands, Frans, Engels, Arabisch, Turks, Roemeens, Russisch, Pasjtoe, Pools en Albanees.		
Doelgroep	Etnisch-culturele minderheden		
Verantwoordelijke materiaal	Fred Laudens, VAD Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: fred.laudens@vad.be T: 02 423 03 59		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Online: http://www.vad.be/materialen/detail/tabak-alcohol-en-andere-drugs-in-belgie Papieren uitvoering: http://www.vad.be/materialen/detail/tabak-alcohol-en-andere-drugs-in-belgie		

TITEL	Stoppen met drank, drugs, pillen of gokken		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie	Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD) & De Druglijn		
Inhoud	Stoppen met drank, drugs, pillen of gokken gaat zelden zonder slag of stoot. Het is een verhaal van wisselend succes, tegenslagen en overwinningen. Deze folder biedt basisadvies en houvast.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Tom Evenepoel, VAD & De Druglijn Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.evenepoel@vad.be T: 02 423 03 44		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Online: http://www.vad.be/materialen/detail/stoppen-met-drank-drugs-pillen-of-gokken Papieren uitvoering: http://www.vad.be/materialen/detail/stoppen-met-drank-drugs-pillen-of-gokken		

TITEL	Iemand steunen bij het stoppen met drank, drugs, pillen en gokken		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD) & De Druglijn	
Inhoud		Wil je iemand uit je omgeving - zoon, dochter, ouder, partner, broer, zus, vriend(in),…- helpen bij het stoppen met drank- of druggebruik? Deze folder biedt basisadvies en houvast.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Tom Evenepoel, VAD & De Druglijn Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.evenepoel@vad.be T: 02 423 03 44	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online: http://www.vad.be/materialen/detail/iemand-steunen-bij-het-stoppen-met-drank-drugs-pillen-en-gokken Papieren uitvoering: http://www.vad.be/materialen/detail/iemand-steunen-bij-het-stoppen-met-drank-drugs-pillen-en-gokken	

TITEL	Combigebruik. De meest gestelde vragen		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD) & De Druglijn	
Inhoud		Veel mensen combineren verschillende drugs (waaronder psychoactieve medicatie) zonder erbij stil te staan. Deze folder legt uit wat de risico's zijn.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Tom Evenepoel, VAD & De Druglijn Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.evenepoel@vad.be T: 02 423 03 44	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online: http://www.vad.be/materialen/detail/combigebruik-de-meest-gestelde-vragen Papieren uitvoering: http://www.vad.be/materialen/detail/combigebruik-de-meest-gestelde-vragen	

TITEL	Alcohol en geneesmiddelen		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2012
Organisatie		Algemeen Pharmaceutische Bond	
Inhoud		Folder die wijst op de mogelijke gevaren van het combineren van sommige medicatie met alcohol.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).	

TITEL	Slaapmiddelen (benzodiazepines)		
VORM	Webpagina	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie	Christelijke Mutualiteit. Dienst Gezondheidspromotie		
Inhoud	Slaapmiddelen (benzodiazepines) zijn slechts aangewezen als het functioneren overdag ten gevolge van slapeloosheid gestoord is. Je dient ze slechts kort te gebruiken, samen met het toepassen van een goede slaaphygiëne. Effect van slaapmiddelen, nevenwerkingen bij aanvang van de behandeling. Andere slaapmiddelen.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Mathilde Verhelpen CM Landsbond dienst Gezondheidspromotie M: gezondheidspromotie@cm.be T: 02 246 48 59		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	http://www.cm.be/ziekte-en-behandeling/geneesmiddelen/veelgebruikte-geneesmiddelen/slaapmiddelen/index.jsp		

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">Slaapmiddelen</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Webpagina</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>2016</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">Socialistische Mutualiteiten</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Deze webpagina geeft brede info over slaapmiddelen. Hoe werken ze? Wie gebruikt ze? Hoe kan je ermee stoppen en wat zijn de voor- en nadelen? Men geeft ook enkele suggesties voor een gecontroleerd gebruik.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Algemene bevolking</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Isabel Geenens
Sint-Jansstraat 32-38
1000 Brussel
M: isabel.geenens@socmut.be
T: 02 515 03 91</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">http://www.bondmoyson.be/wvl/gezond-actief/ZiektesBehandelingen/Ziektes/Pages/Slaapmiddelen.aspx</td></tr>
</table>

TITEL	Medicatie online kopen		
VORM	Webpagina	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie	Socialistische Mutualiteiten		
Inhoud	Welke geneesmiddelen worden online verkocht? Hoe weet je welke online apothekers betrouwbaar zijn?		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Isabel Geenens Sint-Jansstraat 32-38 1000 Brussel M: isabel.geenens@socmut.be T: 02 515 03 91		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	http://www.bondmoyson.be/wvl/voordelen-advies/terugbetalingen-ledenvoordelen/terugbetalingen-voordelen/geneesmiddelen-vaccins-anticonceptie/Pages/Medicatie-online-kopen.aspx#tab=ctl00_PlaceHolderMain_hreftab2		

2. Info rond slaap-, angst- en stressproblemen

TITEL	**Benzodiazepines – Stress en angst**		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2009
Organisatie		Algemeen Pharmaceutische Bond	
Inhoud		Folder die informatie geeft over benzodiazepines (een soort psychoactieve medicatie) en het gebruik ervan bij stress- en angstproblemen.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).	

TITEL	Benzodiazepines – Slaapproblemen		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2008
Organisatie		Algemeen Pharmaceutische Bond	
Inhoud		Folder die informatie geeft over benzodiazepines (een soort psychoactieve medicatie) en het gebruik ervan bij slaapproblemen.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).	

TITEL	**Slaapproblemen en slaapmiddelen**		
VORM	Webpagina	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Christelijke Mutualiteit. Dienst Gezondheidspromotie	
Inhoud		30 procent van de bevolking kampt met slaapproblemen. 13 procent van de bevolking neemt slaap- en kalmeermiddelen. Nochtans is slaapmedicatie zelden aangewezen.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Mathilde Verhelpen CM Landsbond dienst Gezondheidspromotie M: gezondheidspromotie@cm.be T: 02 246 48 59	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.cm.be/ziekte-en-behandeling/geneesmiddelen/veelgebruikte-geneesmiddelen/slaapmiddelen/index.jsp	

TITEL	**Over moeilijk slapen en slaapproblemen – niet – medicamenteuze maatregelen**		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2009
Organisatie		Algemeen Pharmaceutische Bond	
Inhoud		Folder in verband met slaapproblemen en hoe deze behandeld kunnen worden zonder slaapmedicatie.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).	

TITEL	Stress – niet-medicamenteuze maatregelen		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2009
Organisatie	Algemeen Pharmaceutische Bond		
Inhoud	Folder in verband met stressproblemen en hoe deze zonder medicatie behandeld kunnen worden.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).		

TITEL	Angst - niet-medicamenteuze maatregelen		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2009
Organisatie	Algemeen Pharmaceutische Bond		
Inhoud	Folder in verband met angstproblemen en hoe deze zonder medicatie behandeld kunnen worden.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).		

TITEL	Slapen		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2009
Organisatie		Landsbond van Liberale Mutualiteiten	
Inhoud		Deze brochure bevat informatie over slaap, een normaal slaappatroon, de slaapbehoefte en slaapstoornissen. Daarnaast bevat de brochure tips om de nachtrust te verbeteren en interessante websites.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Messiaen Geert Livornostraat 25 1050 Brussel M: gvo-pes@lm.be T: 02 542 86 00	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		www.lm.be rubriek 'publicaties' (ook op papier verkrijgbaar)	

TITEL	Stress		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2011
Organisatie	Landsbond van Liberale Mutualiteiten		
Inhoud	Deze brochure beschrijft wat stress is. Daarnaast bevat de brochure praktische tips om stress te voorkomen en te beheersen en enkele interessante websites.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Messiaen Geert Livornostraat 25 1050 Brussel M: gvo-pes@lm.be T: 02 542 86 00		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	www.lm.be rubriek 'publicaties' (ook op papier verkrijgbaar)		

TITEL	**Ik wil slapen!**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2012
Organisatie		Onafhankelijke Ziekenfondsen	
Inhoud		Een goede nachtrust is bijna even belangrijk als ademen en eten. Een derde van ons leven brengen we namelijk al slapend door. Als we 75 zijn, zullen we dus maar liefst 25 jaar van ons leven in dromenland hebben vertoefd. Aan de hand van concrete tips, praktische tests, duidelijke uitleg en een slaapagenda wil deze brochure volwassenen helpen om de weg naar dromenland terug te vinden.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		X. Brenez, Landsbond van de Onafhankelijke Ziekenfondsen Sint-Huibrechtsstraat 19 1150 Brussel M: gezondheidspromotie@mloz.be T: 02 778 92 11	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.mloz.be/nl/publicatie/ik-wil-slapen	

TITEL	Brochure slapeloosheid		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2005
Organisatie		Domus Medica	
Inhoud		Korte brochure waarin men verschillende soorten slaapstoornissen omschrijft, samen met enkele aanbevelingen voor een goede nachtrust.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairs	
Verantwoordelijke materiaal		Domus Medica vzw Lange Leemstraat 187 2018 Antwerpen T: 03 425 76 76 M: info@domusmedica.be	
Verkrijgbaar/raadpleegbaar		Huisarts Nu, september 2005; 34(7): http://www.domusmedica.be/documentatie/downloads/patienteninformatie/706-brochure-slapeloosheid/file.html	

TITEL	**Slaapstoornissen**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2013
Organisatie		Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid	
Inhoud		Deze infobrochure hoort bij een reeks van brochures over verschillende psychische problemen. Deze brochure geeft info over verschillende soorten slaapstoornissen, hoe ze te herkennen zijn en hoe ze ontstaan. Tenslotte wordt ingegaan op hoe je met slaapstoornissen kan omgaan.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid Tenderstraat 14 9000 Gent M: bib@vvgg.be T: 09 221 44 34	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online op www.vvgg.be bij 'brochures Psychische problemen' en op papier te bestellen bij 'brochures – bestelformulier'	

TITEL	**Angststoornissen. Als angst en paniek uw leven beheersen.**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie		Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid	
Inhoud		Deze infobrochure hoort bij een reeks van brochures over verschillende psychische problemen. Deze brochure geeft info over angststoornissen: verschillende soorten, etiologie, prevalentie, behandeling (met medicijnen).	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid Tenderstraat 14 9000 Gent M: bib@vvgg.be T: 09 221 44 34	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online op www.vvgg.be bij 'brochures Psychische problemen' en op papier te bestellen bij 'brochures – bestelformulier'	

TITEL	Beter slapen - slaaphygiëne		
VORM	Webpagina	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Socialistische Mutualiteiten	
Inhoud		Wat is slaap en hoe kan je je slaap verbeteren? De pagina gaat in op enkele veel voorkomende oorzaken van slaapproblemen en geeft tips om de slaaphygiëne te verbeteren + info over slaappillen.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Isabel Geenens Sint-Jansstraat 32-38 1000 Brussel M: isabel.geenens@socmut.be T: 02 515 03 91	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.bondmoyson.be/wvl/gezond-actief/gezond-leven/gezonde-geest/Pages/Beter-slapen.aspx#tab=ctl00_PlaceHolderMain_hreftab4	

TITEL	Mentale fitheid		
VORM	Webpagina	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie		Christelijke Mutualiteit. Dienst Gezondheidspromotie	
Inhoud		Op deze webpagina van de website van de Christelijke Mutualiteit over mentale gezondheid kan je doorklikken naar verschillende submenu's. Bij het submenu 'Gezondheid' vind je onder andere de thema's 'Burn-out', 'Depressie', 'Slaap' en 'Stress'. Bij de schoolprojecten (onder 'Aanbod') vind je onder andere ook het educatief pakket 'Vlieg erin' die ook in deze inventaris is opgenomen bij de rubriek les- en spelmaterialen.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Mathilde Verhelpen CM Landsbond dienst Gezondheidspromotie M: gezondheidspromotie@cm.be T: 02 246 48 59	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.cm.be/mentale-fitheid/index.jsp	

3. Info rond (hoofd)pijn en pijnbestrijding

TITEL	Migraine – verschillende vormen van hoofdpijn		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2007

Organisatie	Algemeen Pharmaceutische Bond
Inhoud	Folder in verband met verschillende vormen van hoofdpijn, o.a. migraine, en de behandeling ervan.
Doelgroep	Algemeen publiek
Verantwoordelijke materiaal	Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).

TITEL	Apotheekrichtlijnen - Migraine		
VORM	Dossier	JAAR VAN UITGAVE	2007
Organisatie		Algemeen Pharmaceutische Bond	
Inhoud		De apotheekrichtlijnen zijn een dossier bestemd voor apothekers. Zij omvatten naast een opfrissing van de pathologie, en de farmacotherapie, een meer praktisch luik zijnde hoe we van apothekers verwachten dat ze de aflevering van geneesmiddelen begeleiden (zogenaamde farmaceutische zorg). Deze richtlijn gaan over het medicamenteus behandelen van migraine.	
Doelgroep		Apothekers	
Verantwoordelijke materiaal		Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).	

4. Info voor ouderen

TITEL	Gezond ouder worden, wees voorzichtig met medicijnen		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Neutraal Ziekenfonds Vlaanderen	
Inhoud		Tips voor het gebruik van medicijnen + verwijzing naar huisarts en apotheker	
Doelgroep		Ouderen	
Verantwoordelijke materiaal		Neutraal Ziekenfonds Vlaanderen Dienst Gezondheidspromotie Statieplein 12 9300 Aalst M: info@nzvl.be T: 053 76 99 99	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.nzvl.be/sites/default/files/Voorzichtig%20met%20medicijnen.pdf	

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">Alcohol en Medicijnen. Als u ouder wordt</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Folder</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>2005</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">Nederlands Kenniscentrum Ouderenpsychiatrie</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Veel mensen genieten van alcohol. Helaas brengt het gebruik ook risico’s met zich mee. Zeker op latere leeftijd. Een grote groep ouderen gebruikt ook medicijnen. Sommige medicijnen combineren slecht met alcohol.
Deze folder is geschreven om ouderen hierover te informeren.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Ouderen</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Nederlands Kenniscentrum Ouderenpsychiatrie
Oude Arnhemseweg 260
3705 BK Zeist, Nederland
M: info@ouderenpsychiatrie.nl
T: + 31 30 693 76 10</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">www.ouderenpsychiatrie.nl</td></tr>
</table>

TITEL	Ouderen en het gebruik van medicijnen in combinatie met alcohol… een onderschat probleem!		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2005
Organisatie		Nederlands Kenniscentrum Ouderenpsychiatrie	
Inhoud		Adviezen voor hulpverleners in het ouderenwerk bij het bespreekbaar maken van alcohol- en medicijngebruik door ouderen. De brochure belicht achtergronden en risico's van gecombineerd alcohol- en medicijngebruik door ouderen. Tevens geeft de brochure tips voor een motiverend gesprek. In de brochure zijn casussen verwerkt waarin de problematiek wordt toegelicht.	
Doelgroep		Professionelen/Intermediairen	
Verantwoordelijke materiaal		Nederlands Kenniscentrum Ouderenpsychiatrie Oude Arnhemseweg 260 3705 BK Zeist, Nederland M: info@ouderenpsychiatrie.nl T: + 31 30 693 76 10	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		www.ouderenpsychiatrie.nl	

TITEL	Gezond slapen?		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2010
Organisatie		Farmaka vzw	
Inhoud		De folder is eenvoudig leesbaar en omvat slaapadvies voor bewoners van rusthuizen. De folder omvat ook enkele praktische tips voor een gezondere slaap.	
Doelgroep		Ouderen	
Verantwoordelijke materiaal		Hilde Habraken Kleindokkaai 18 9000 Gent M: hilde.habraken@farmaka.be T: 09 265 76 40	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		https://www.farmaka.be/frontend/files/publications/files/gezond-slapen-slaapadvies-voor-rusthuisbewoners.pdf	

TITEL	Het juiste medicijn bij pijn, gids voor senioren		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2004
Organisatie		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	
Inhoud		Deze brochure geeft info over oorzaken en gevolgen van chronische pijn en over pijnstilling met medicijnen. Daarnaast bevat de brochure een medicijnoverzicht, informatie over zorgvuldig medicijngebruik en andere mogelijke behandelingen van pijn.	
Doelgroep		Ouderen	
Verantwoordelijke materiaal		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.medicijngebruik.nl/downloads/Pijn_gidsvoorsenioren.pdf	

TITEL	**Valpreventie: Rechtop blijven staan met medicijnen**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2008
Organisatie		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	
Inhoud		Meertalige informatie over vallen en medicatiegebruik. Met tips om vallen te voorkomen.	
Doelgroep		Ouderen	
Verantwoordelijke materiaal		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		www.medicijngebruik.nl , papieren uitvoering verkrijgbaar bij info@veiligheid.nl	

TITEL	**Wijs met medicijnen**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	
Inhoud		Informatie voor ouderen over belangrijke aandachtspunten bij het gebruik van veel verschillende medicijnen, waaronder bijwerkingen, wisselwerking tussen medicijnen, juist gebruik en beperken van risico's.	
Doelgroep		Ouderen	
Verantwoordelijke materiaal		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		www.medicijngebruik.nl en papieren uitvoering beschikbaar bij uniekbo@uniekbo.nl	

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">Agitatie en agressief gedrag van bewoners in woonzorgcentra</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Dossier</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>2012</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">Farmaka vzw</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Geneesmiddelenbrief over de aanpak van agitatie en agressief gedrag van bewoners in woonzorgcentra, met bijzondere aandacht voor de niet-medicamenteuze aanpak en het rationeel voorschrijven van psychofarmaca.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Professionelen/intermediairen; huisartsen en CRA’s</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Redactie Formularium
Kleindokkaai 18
9000 Gent
M: redact@formularium.be
T: 09 265 76 40</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">https://www.farmaka.be/frontend/files/publications/files/agitatie-en-agressief-gedrag-van-bewoners-in-woonzorgcentra.pdf</td></tr>
</table>

TITEL	Dossier middelenmisbruik		
VORM	Dossier	JAAR VAN UITGAVE	2012
Organisatie		NKOP (onderdeel van programma Ouderen van Trimbos-instituut)	
Inhoud		Bij middelenmisbruik gebruikt men meer van een middel (alcohol en/of drugs) dan gezond is, wat zorgt voor negatieve lichamelijke en/of psychische gevolgen. Bij ouderen komt alcoholmisbruik veel voor. Alcoholgebruik in combinatie met medicijnen bij ouderen wordt onvoldoende onderkend. Bij behandeling wordt vaak geen rekening gehouden met de invloed die alcohol op bijvoorbeeld medicijnen heeft. Ook bij sociale en psychiatrische behandelingen wordt drankmisbruik onvoldoende betrokken bij de oplossingen. Het dossier middelenmisbruik gaat in op wat middelenmisbruik is, wat gevolgen en behandelingen zijn, maar gaat ook in op onderzoek en diagnostiek.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairen	
Verantwoordelijke materiaal		Trimbos-instituut, NKOP, Mirjam van Soest Postbus 725 3500 AS Utrecht, Nederland M: nkop@trimbos.nl T: +31 30 25 92 78	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.nkop.nl/onderzoek/dossiers/middelenmisbruik	

5. Info rond psychoactieve medicatie en verkeersveiligheid

TITEL	Neem je geneesmiddelen? Voorzichtig achter het stuur!		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Belgisch Instituut voor de Verkeersveiligheid	
Inhoud		Info over de invloed van geneesmiddelen achter het stuur	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Karin Genoe Haachtsesteenweg 1405 1130 Brussel M: shop@bivv.be T: 02 244 15 18	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online beschikbaar en op papier te bestellen op: http://webshop.bivv.be/nl/product/detail/neem-je-geneesmiddelen-voorzichtig-achter-het-stuur-ref-972	

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">Themadossier verkeersveiligheid Nr. 4 Drugs en geneesmiddelen in het verkeer</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Factsheet</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>2015</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">Belgisch Instituut voor de Verkeersveiligheid</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Info over rijden onder invloed van drugs en geneesmiddelen:
Prevalentie; Risico / slachtoffers; Maatregelen; Belgische wetgeving en kerncijfers</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Professionelen/intermediairen</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Karin Genoe
Haachtsesteenweg 1405
1130 Brussel
M: shop@bivv.be
T: 02 244 15 18</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">Online beschikbaar op:
http://www.ibsr.be/publications/Themadossier%20verkeersveiligheid%20n°4%20-%20Drugs%20en%20geneesmiddelen%20in%20het%20verkeer/Themadossier%20verkeerveiligheid%20n°4%20-%20Drugs%20en%20geneesmiddelen%20in%20het%20verkeer.pdf</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">Welke geneesmiddelen kunnen de rijvaardigheid verminderen?</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Webpagina</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>2016</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">Christelijke Mutualiteit. Dienst Gezondheidspromotie</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Geneesmiddelen die het reactievermogen kunnen verminderen, hebben een gele waarschuwingssticker of een waarschuwingstekst op de verpakking. Slaap- en kalmeermiddelen, antidepressiva, antihistaminica, psychofarmaca, sommige pijnstillers.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Algemene bevolking</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Mathilde Verhelpen
CM Landsbond dienst Gezondheidspromotie
M: gezondheidspromotie@cm.be
T: 02 246 48 59</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">http://www.cm.be/ziekte-en-behandeling/geneesmiddelen/veelgebruikte-geneesmiddelen/slaapmiddelen/index.jsp</td></tr>
</table>

TITEL	**Is uw medicijn veilig in het verkeer?**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	
Inhoud		Informatie over het veilig gebruik van medicijnen in het verkeer	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		www.medicijngebruik.nl	

TITEL	**Geneesmiddelen in het verkeer**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie	Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik		
Inhoud	Informatie over de indeling in categorieën van rijgevaarlijke geneesmiddelen, juridische aspecten en hoe om te gaan met adviezen aan de patiënt. Bevat ook informatie over richtlijnen en scholingsmogelijkheden.		
Doelgroep	Professionelen/intermediairen		
Verantwoordelijke materiaal	Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	www.medicijngebruik.nl		

6. Info over psychoactieve medicatie bij psychiatrische stoornissen (o.a middelengerelateerde stoornis)

TITEL	**Medicijnen bij een depressie**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2004
Organisatie		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	
Inhoud		Deze brochure geeft informatie over het gebruik van antidepressiva: wat doen antidepressiva, hoe beginnen met antidepressiva, welke antidepressiva bestaan er, want zijn de bijwerkingen van antidepressiva. Andere thema's die aan bod komen zijn gebruik van antidepressiva door jongeren en ouderen; antidepressiva en alcohol; antidepressiva en autorijden; stoppen met antidepressiva.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.medicijngebruik.nl/content/9_publieksbrochures/9-1.htm	

TITEL	ADHD bij kinderen en volwassenen		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2012
Organisatie		Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid	
Inhoud		Deze infobrochure hoort bij een reeks van brochures over verschillende psychische problemen. Deze brochure geeft info over ADHD. Wat is het, hoe uit het zich, diagnose van ADHD, therapeutische en medicinale behandeling van ADHD.	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid Tenderstraat 14 9000 Gent M: bib@vvgg.be T: 09 221 44 34	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online op www.vvgg.be bij 'brochures Psychische problemen' en op papier te bestellen bij 'brochures – bestelformulier'	

TITEL	ADHD bij kinderen		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie	Landsbond van Liberale Mutualiteiten		
Inhoud	Deze brochure beschrijft wat ADHD is. Daarnaast bevat de brochure informatie over de oorzaken, diagnose en behandeling van ADHD. Tot slot worden nog enkele tips en interessante websites gegeven.		
Doelgroep	Algemene bevolking; kinderen		
Verantwoordelijke materiaal	Messiaen Geert Livornostraat 25 1050 Brussel M: gvo-pes@lm.be T: 02 542 86 00		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	www.lm.be rubriek 'publicaties' (ook op papier verkrijgbaar)		

TITEL	Antipsychotica – zo blijf je ze de baas		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2013
Organisatie		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	
Inhoud		Informatie over de werking, bijwerkingen en het goed gebruiken van antipsychotica. Met een overzicht van alle antipsychotica met hun meest voorkomende bijwerkingen, een checklist voor het registreren van werking en bijwerkingen en een checklist voor het gesprek met de behandelaar.	
Doelgroep		Mensen met psychose	
Verantwoordelijke materiaal		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		www.platformggz.nl	

TITEL	**Antipsychotica. Soms nodig, meestal niet.**		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	
Inhoud		Informatie over het gebruik van antipsychotica bij mensen met een verstandelijke beperking en het afbouwen van (onnodig) gebruik bij moeilijk verstaanbaar gedrag.	
Doelgroep		Wettelijk vertegenwoordigers van mensen met een verstandelijke beperking	
Verantwoordelijke materiaal		Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Churchilllaan 11 3527 GV Utrecht M: info@medicijngebruik.nl T: 088 8800 400	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		www.medicijngebruik.nl	

TITEL	Geneesmiddelenverslaving		
VORM	Tijdschriftartikel	JAAR VAN UITGAVE	2009
Organisatie	Domus Medica		
Inhoud	Deze publicatie gaat in op preventie, detectie en diagnostiek en behandeling van geneesmiddelenverslaving. Men maakt onderscheidt tussen opiaten, benzodiazepines, antidepressiva en antipsychotica.		
Doelgroep	Professionelen/intermediairs		
Verantwoordelijke materiaal	Domus Medica vzw Lange Leemstraat 187 2018 Antwerpen T: 03 425 76 76 M: info@domusmedica.be		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Uitgave van Domus Medica vzw bijlage bij Huisarts Nu juni 2011 40ste jaargang Online: http://www.domusmedica.be/documentatie/downloads/praktijkdocumenten/richtlijnen/708-geneesmiddelenverslaving/file.html		

TITEL	**Voorschrijven van benzodiazepines aan illegaledruggebruikers**		
VORM	Dossier	JAAR VAN UITGAVE	2008
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD)	
Inhoud		Deze richtlijn wil een nuttige en praktische leidraad bieden bij het voorschrijven van benzodiazepines en de aanpak van benzodiazepinemisbruik/afhankelijkheid bij mensen met een verslaving aan één of meerdere illegale drugs.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairen/verslavingsartsen	
Verantwoordelijke materiaal		Geert Verstuyf, VAD Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: geert.verstuyf@vad.be T: 02 422 03 74	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Online: http://www.vad.be/materialen/detail/voorschrijven-van-benzodiazepines-aan-illegaledruggebruikers Papieren uitvoering: http://www.vad.be/materialen/detail/voorschrijven-van-benzodiazepines-aan-illegaledruggebruikers	

TITEL	**Methadon – vervangmiddel voor heroïne**		
VORM	Folder	JAAR VAN UITGAVE	2012
Organisatie		Algemeen Pharmaceutische Bond	
Inhoud		Informatiefolder over het substitutiemiddel Methadon dat gebruikt wordt ter vervanging van heroïne.	
Doelgroep		Algemeen publiek	
Verantwoordelijke materiaal		Isabelle De Wulf – APB Stevinstraat 137 1000 Brussel M: isabelle.dewulf@apb.be T: 02 285 42 81	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Materiaal is beschikbaar op de website van APB, enkel voorbehouden voor leden (zelfstandige apothekers): http://www.apb.be/ Lidmaatschap/ toegang tot materialen mogelijk tegen betaling (€665).	

Deel II

Aan de slag

1. Begeleidings-methodieken

TITEL	Van slaapmiddelen kan je vallen		
VORM	Brochure	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie	Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen		
Inhoud	Deze brochure informeert 65-plussers die een slaap- of kalmeringsmiddel gebruiken over de negatieve gevolgen van langdurig gebruik, met specifieke aandacht voor het effect op het valrisico. In de brochure worden een aantal zeer concrete tips gegeven voor een goede nachtrust zonder slaapmedicatie. Belangrijk: Het is de bedoeling dat een gezondheidswerker (arts, apotheker, verpleegkundige of paramedicus met kennis van zaken) de brochure samen met de patiënt overloopt en bespreekt. De brochure wordt dan ook best aangevraagd en aangewend door personen en/of organisaties met een gezondheidswerker/patiëntrelatie.		
Doelgroep	Ouderen		
Verantwoordelijke materiaal	Koen Milisen Kapucijnenvoer 35 blok d 3000 Leuven M: koen.milisen@kuleuven.be T: +32 16 37 79 79		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	http://www.valpreventie.be/Portals/Valpreventie/Documenten/WvdV/2016/2016_EVV_Brochure-medicatie_ZR.pdf Papieren uitvoering aan te vragen bij het LOGO uit uw regio		

TITEL	Gezondheidsgids		
VORM	Online Gids	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie		Domus Medica	
Inhoud		De Gezondheidsgids is een instrument dat de huisarts helpt bij het opmaken van een persoonlijk preventieplan voor de patiënt. De derde editie van de Gezondheidsgids bestaat uit vier delen: - een vragenlijst voor de patiënt (Gezondheidsgids 2016 - vragenlijst) - een verwerkingsmodule voor de huisarts (Gezondheidsgids 2016 - verwerkingsmodule) - een handleiding voor de huisarts (Gezondheidsgids 2016) - een afsprakenkaartje voor de patiënt (Preventiekaartje)	
Doelgroep		Professionelen/intermediairs/huisarts	
Verantwoordelijke materiaal		Domus Medica vzw Lange Leemstraat 187 2018 Antwerpen T: 03 425 76 76 M: info@domusmedica.be	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://ggids.domusmedica.be/	

TITEL	Aanpak van slapeloosheid in de eerste lijn		
VORM	Tijdschriftartikel + steekkaart	JAAR VAN UITGAVE	2005
Organisatie	Domus Medica		
Inhoud	Aanbevelingen voor goede medische praktijk zijn richtinggevend als ondersteuning en houvast bij het nemen van diagnostische of therapeutische beslissingen in de huisartsengeneeskunde. Zij vatten voor de huisarts samen wat voor de gemiddelde patiënt wetenschappelijk gezien het beste beleid is. Daarnaast is er de agenda van de patiënt, die een gelijkwaardige partner is bij het nemen van beslissingen. Daarom moet door een heldere communicatie de vraag van de patiënt voor de huisarts duidelijk zijn en moet de huisarts de patiënt voldoende informeren over alle aspecten van de verschillende beleidsopties. Het kan dus voorkomen dat de huisarts en de patiënt verantwoord en beredeneerd een andere beste keuze maken. Om praktische redenen komt dit uitgangspunt niet telkens opnieuw in de aanbevelingen aan de orde, maar wordt het hier expliciet vermeld.		
Doelgroep	Professionelen/intermediairs		
Verantwoordelijke materiaal	Domus Medica vzw Lange Leemstraat 187 2018 Antwerpen T: 03 425 76 76 M: info@domusmedica.be		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Huisarts Nu, september 2005; 34(7) Document: http://www.domusmedica.be/documentatie/downloads/praktijkdocumenten/richtlijnen/705-aanpak-van-slapeloosheid-in-de-eerste-lijn/file.html Steekkaart: http://www.domusmedica.be/documentatie/downloads/praktijkdocumenten/steekkaarten-en-andere-hulpmiddelen/p-psychische-problemen/688-aanpak-van-slapeloosheid/file.html		

2. Zelfzorg

TITEL	Slaapwel. Doe-boek		
VORM	Doe-boek	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie		Christelijke Mutualiteit. Dienst Gezondheidspromotie	
Inhoud		Doe-boek over slaap vol tips en doe-opdrachten. Wat is slapen? Hoe verloopt je slaap? Waarom val je in slaap? Waarom slaap je? Hoeveel slaap heb je nodig? Is een middagdutje een goed idee? Waarom slaap je soms slecht? Test je slaapkennis. Wat als goed slapen niet meer gaat? Slaapdagboek. Slaaphygiënetips. Is snurken gevaarlijk?	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Mathilde Verhelpen CM Landsbond dienst Gezondheidspromotie M: gezondheidspromotie@cm.be T: 02 246 48 59	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Downloadbaar via www.cm.be/publicaties Papieren uitvoering verkrijgbaar bij de dienst Gezondheidspromotie van je CM-ziekenfonds of via www.cm.be/publicaties	

TITEL	Voorkom stress en burn-out. Doe-boek		
VORM	Doe-boek	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Christelijke Mutualiteit. Dienst Gezondheidspromotie	
Inhoud		In deze brochure vind je tips en opdrachten om te leren omgaan met stress. Je krijgt handvatten om met (werk)stress om te gaan en burn-out te voorkomen. Wat is stress? Wat geeft stress? Burn-out. Hoe negatieve stress en burn-out voorkomen? Wat als het fout loopt?	
Doelgroep		Algemene bevolking	
Verantwoordelijke materiaal		Mathilde Verhelpen CM Landsbond dienst Gezondheidspromotie M: gezondheidspromotie@cm.be T: 02 246 48 59	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Downloadbaar via www.cm.be/publicaties Papieren uitvoering verkrijgbaar bij de dienst Gezondheidspromotie van je CM-ziekenfonds of via www.cm.be/publicaties	

3. Interactieve websites

TITEL	Medicatiequiz		
VORM	Online quiz	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie	Socialistische Mutualiteiten		
Inhoud	Deze 10 vragen peilen naar je kennis over psychoactieve medicatie en geven telkens een korte duiding bij het antwoord.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Isabel Geenens Sint-Jansstraat 32-38 1000 Brussel M: isabel.geenens@socmut.be T: 02 515 03 91		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	http://www.bondmoyson.be/wvl/gezond-actief/gezond-leven/Test-jezelf/Pages/Medicatiequiz.aspx		

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">me-ASSIST</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Online toolbox</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>2016</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD)</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Een website voor artsen en welzijnswerkers. De online toolbox helpt om met een cliënt het gesprek aan te gaan over zijn tabak-, alcohol- of ander middelengebruik.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Professionelen/intermediairen</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Tom Defilet, VAD
Vanderlindenstraat 15
1030 Brussel
M: tom.defilet@vad.be
T: 02 423 03 49</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">https://www.me-assist.com/</td></tr>
</table>

TITEL	Zelftest slaap- en kalmeermiddelen van De Druglijn		
VORM	Online zelftest	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie	Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD) & De Druglijn		
Inhoud	De website van De DrugLijn, waar iedereen terecht kan met vragen over drank, drugs, pillen en gokken. 'Drugs ABC' bevat productinformatie (o.a. over slaap- en kalmeringsmiddelen), 'Tips en advies' bevat o.a. advies over hoe om te gaan met het eigen gebruik, en 'Bezorgd om iemand' bevat advies voor partners, ouders, kinderen en andere naasten van gebruikers. De website bevat ook een zelftest voor slaap- en kalmeringsmiddelen. Mensen met vragen of bezorgdheden kunnen ook contact opnemen met De DrugLijn, via telefoon, mail, Skype of chat.		
Doelgroep	Algemene bevolking		
Verantwoordelijke materiaal	Tom Evenepoel, VAD & De Druglijn Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.evenepoel@vad.be T: 02 423 03 44		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	https://www.druglijn.be/ Zelftest slaap- en kalmeermiddelen: https://www.druglijn.be/test-jezelf/detail/slaap--en-kalmeringsmiddelen		

4. Online leren

TITEL	Benzoconsult		
VORM	e-learning	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie	Federale Overheidsdienst voor de volksgezondheid, veiligheid van voedselketen en leefmilieu, Projectgroep Benzodiazepines UGent en Domus Medica		
Inhoud	Benzoconsult is een elektronische leermodule (in het Frans en in het Nederlands beschikbaar) die gericht is aan huisartsen met het oog op het rationeel voorschrijven en een adequaat gebruik van benzodiazepines.		
Doelgroep	Professionelen/intermediairs/huisarts		
Verantwoordelijke materiaal	Christiaan Decoster Victor Hortaplein 40 bus 10 1060 Brussel M: benzo@health.belgium.be of benzoconsult@gmail.com T: 02 524 97 97		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	Wordt momenteel geactualiseerd.		

5. Screenings- en assessmentinstrumenten

TITEL	me-ASSIST		
VORM	Online toolbox	JAAR VAN UITGAVE	2016
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD)	
Inhoud		Een website voor artsen en welzijnswerkers. De online toolbox helpt om met een cliënt het gesprek aan te gaan over zijn tabak-, alcohol- of ander middelengebruik.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairen	
Verantwoordelijke materiaal		Tom Defilet, VAD Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.defilet@vad.be T: 02 423 03 49	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		https://www.me-assist.com/	

TITEL	Screenen met de ASSIST in de eerstelijnsgezondheidszorg/welzijnssector		
VORM	Screenings-instrument	JAAR VAN UITGAVE	2011
Organisatie		Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen (VAD)	
Inhoud		Screeningsinstrument voor alcohol, roken en ander middelengebruik. Dit is de papieren variant. Via me-ASSIST (zie andere fiche) kan deze screening gemakkelijk online afgenomen worden.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairen	
Verantwoordelijke materiaal		Tom Defilet, VAD Vanderlindenstraat 15 1030 Brussel M: tom.defilet@vad.be T: 02 423 03 49	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.vad.be/materialen/detail/screenen-met-de-assist-in-de-eerstelijnsgezondheidszorg en http://www.vad.be/materialen/detail/screenen-met-de-assist-in-de-welzijnssector	

TITEL	Algoritmes voor oordeelkundig gebruik van antidepressiva i.k.v. valrisico bij ouderen		
VORM	Algoritme	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie		Expertisecentrum val- en fractuurpreventie Vlaanderen	
Inhoud		De algoritmes informeren gezondheidswerkers zoals artsen, klinische apothekers, (hoofd)verpleegkundigen,... over de invloed van psychofarmaca op het verhoogde valrisico bij ouderen en begeleiden hen bij het rationaliseren en eventueel afbouwen/stoppen van psychofarmaca.	
Doelgroep		Professionelen/intermediairen	
Verantwoordelijke materiaal		Koen Milisen Kapucijnenvoer 35 blok d 3000 Leuven M: koen.milisen@kuleuven.be T: +32 16 37 79 79	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		http://www.valpreventie.be/Portals/Valpreventie/Documenten/WvdV/2015/2015_EVV_algoritme-antidepressiva.pdf	

TITEL	Algoritmes voor oordeelkundig gebruik van antipsychotica i.k.v. valrisico bij ouderen		
VORM	Algoritme	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie	Expertisecentrum val- en fractuurpreventie Vlaanderen		
Inhoud	De algoritmes informeren gezondheidswerkers zoals artsen, klinische apothekers, (hoofd)verpleegkundigen,... over de invloed van psychofarmaca op het verhoogde valrisico bij ouderen en begeleiden hen bij het rationaliseren en eventueel afbouwen/stoppen van psychofarmaca.		
Doelgroep	Professionelen/intermediairen		
Verantwoordelijke materiaal	Koen Milisen Kapucijnenvoer 35 blok d 3000 Leuven M: koen.milisen@kuleuven.be T: +32 16 37 79 79		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	http://www.valpreventie.be/Portals/Valpreventie/Documenten/WvdV/2015/2015_EVV_algoritme-antipsychotica.pdf		

TITEL	Algoritmes voor oordeelkundig gebruik van benzodiazepines/Z-producten i.k.v. valrisico bij ouderen		
VORM	Algoritme	JAAR VAN UITGAVE	2015
Organisatie	Expertisecentrum val- en fractuurpreventie Vlaanderen		
Inhoud	De algoritmes informeren gezondheidswerkers zoals artsen, klinische apothekers, (hoofd)verpleegkundigen,... over de invloed van psychofarmaca op het verhoogde valrisico bij ouderen en begeleiden hen bij het rationaliseren en eventueel afbouwen/stoppen van psychofarmaca.		
Doelgroep	Professionelen/intermediairen		
Verantwoordelijke materiaal	Koen Milisen Kapucijnenvoer 35 blok d 3000 Leuven M: koen.milisen@kuleuven.be T: +32 16 37 79 79		
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar	http://www.valpreventie.be/Portals/Valpreventie/Documenten/WvdV/2016/2016_EVV_algoritme_benzodiazepines_Z-producten.pdf		

6. Les- en spelmaterialen

<table>
<tr><td>TITEL</td><td colspan="3">Pili Pili</td></tr>
<tr><td>VORM</td><td>Spelmateriaal</td><td>JAAR VAN UITGAVE</td><td>??</td></tr>
<tr><td colspan="2">Organisatie</td><td colspan="2">De Aanstokerij vzw</td></tr>
<tr><td colspan="2">Inhoud</td><td colspan="2">Het slikken van pillen is voor zeer veel mensen een gewoonte. Bij elk kwaaltje rennen ze razendsnel naar het medicijnkastje. Met medicijnen moet nochtans voorzichtig worden omgesprongen. ‘Pili-Pili’ maakt dat spelenderwijs duidelijk.
Aan het begin van het spel worden de spelers verdeeld in groepen. Elke groep heeft een lege huisapotheek die zo snel mogelijk met de juiste apotheekkaarten moet worden opgevuld. Om deze kaarten te bemachtigen, moeten de spelers vragen over gezondheid, medicijngebruik, gezonde voeding, ... juist beantwoorden</td></tr>
<tr><td colspan="2">Doelgroep</td><td colspan="2">Algemene bevolking; Ouderen</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verantwoordelijke materiaal</td><td colspan="2">Michiel Kun
Naamsesteenweg 130
3001 Heverlee
M: michiel@aanstokerij.be
T: 016 22 25 17</td></tr>
<tr><td colspan="2">Verkrijgbaar/ raadpleegbaar</td><td colspan="2">Pili-Pili is niet te koop of uitleenbaar, maar kan je enkel aanvragen met begeleiding. (https://shop.aanstokerij.be/begeleiding/93-pili-pili.html)</td></tr>
</table>

TITEL	**Drugs in de klas… even slikken? Alcohol, medicatie en tabak 1ste graad**		
VORM	Lesmateriaal	JAAR VAN UITGAVE	2002
Organisatie		Provincie Vlaams-Brabant, Dienst welzijn en gezondheid	
Inhoud		«Drugs in de klas even slikken??!!» is een reeks van drie lesmappen voor het secundair onderwijs (één map per graad) om het thema drugs in de klas bespreekbaar te maken. Elke map schenkt aandacht aan schoolreglement, productinformatie, attitude/gedrag en begeleiding in en buiten de school. De map voor de eerste graad bekijkt alcohol, tabak en medicatie; de tweede map illegale drugs, smart drugs en gokken en de map voor de derde graad drugs algemeen. De mappen willen jongeren een ruggengraat bieden én hen bewuste keuzes laten maken. Daarom precies schenken de mappen zoveel aandacht aan zgn. legale drugs. *Het pakket (drie mappen) kost 50 euro.*	
Doelgroep		Secundair Onderwijs 12-14 jaar	
Verantwoordelijke materiaal		Provincie Vlaams-Brabant Dienst welzijn en gezondheid Provincieplein 1 3010 Leuven M: chris.caubergs@vl-brabant.be T: 016 26 73 31	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Info en bestellingen bij Provincie Vlaams-Brabant – dienst Welzijn en Gezondheid – chris.caubergs@vl-brabant.be	

TITEL	Vlieg erin!		
VORM	Lesmateriaal	JAAR VAN UITGAVE	2014
Organisatie		Christelijke Mutualiteit	
Inhoud		'Vlieg erin!' is geïnspireerd op de positieve psychologie. Het pakket geeft concreet lesmateriaal om de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen te versterken en een positief klasklimaat te stimuleren. De leraar volgt met de klas een parcours door een pretpark. Langs vier roetsjbanen krijgen leerlingen bouwstenen voor meer zelfinzicht, veerkracht en welbevinden. 'Vlieg erin!' omvat een handleiding met uitgewerkte lessen en activiteiten, achtergrondinformatie, handvaten om ouders te betrekken en tips voor een geestelijk gezondheidsbeleid op school. De aparte werkbladen zijn eenvoudig kopieerbaar.	
Doelgroep		Kinderen; Derde graad lager onderwijs	
Verantwoordelijke materiaal		Mathilde Verhelpen CM Landsbond dienst Gezondheidspromotie M: gezondheidspromotie@cm.be T: 02 246 48 59	
Verkrijgbaar/ raadpleegbaar		Het pakket wordt aangeboden tegen 35 euro (exclusief verzendingskosten). Bestellen kan bij de dienst Gezondheidspromotie van het CM-ziekenfonds in jouw regio. Meer info vind je op www.cm.be/vliegerin	